

Камишнікова Світлана Сергіївна

Kamyshnikova.Svitlana@gmail.com

студентка магістратури спеціальності «Соціальна робота»

Науковий керівник:

Мацик К.В., к. філос. н., доц. кафедри філософії

ФСП КПІ ім. Ігоря Сікорського

ЗАСТОСУВАННЯ Т-ГРУП У ПРОФІЛАКТИЦІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ СОЦІАЛЬНИХ РОБІТНИКІВ

Основними проблемами у роботі соціальних робітників з клієнтами є їх високий ступінь перенавантаження роботою, висока психологічна та емоційна напруженість у взаємодії з різними клієнтами, постійна психологічна активність, тощо. Потрібно теж враховувати такі чинники, як характер, рівень відповідальності, самопожертви, емоційне та психологічне становище спеціаліста. У зв'язку з перерахованими чинниками є висока ймовірність у наданні соціальних послуг стикнутися з таким становищем, як “емоційне вигорання”.

Для кращого розуміння ефективності використання профілактичних методів “емоційного вигорання” потрібно розглянути його сутність. Емоційне вигорання – це механізм психологічного захисту, вироблений особистістю, який має форму повного чи часткового виключення емоцій у відповідь на окремі психотравматичні впливи [1, с.9].

Традиційно для унеможливлення та полегшення впливу чинників, що викликають “емоційне вигорання” проводять його профілактику ціль якої взагалі не потрапити в стан психологічної закритості та без емоціональності.

Т-групи або тренінгові групи є одним із методів профілактики емоційного вигорання, що мають на меті забезпечувати підвищення за допомогою групової взаємодії учасників їх комунікативних здібностей, спеціальних навичок та у цілому рівня компетентності та кваліфікації соціальних робітників.

Інтерес до даного методу виникає через його орієнтованість на відпрацювання чутливості учасників до соціуму, усвідомлення

та виявлення емоцій, мотивів, цілей людей, що нас оточують, їх взаємодія в соціальному середовищі та групова активність. Оскільки професія соціального робітника передбачає постійну роботу з іншими людьми, які взаємодіють між собою, що також у свою чергу за деяких обставин може привести до емоційного вигорання, то участь у тренінгових групах є об'єктивно важливим для успішної профілактики вигорання, а також підвищення кваліфікації та комунікативної компетенції спеціаліста. Найчастіше в соціальній роботі Т-групи використовуються в супервізії.

Прийняття участі у тренінгових групах є ефективним способом отримання підтримки колективу. Для людини, як соціальної істоти значний вплив має взаємодія з її соціальним середовищем. Перевагою саме групових тренінгів для соціальних робітників, що сформована специфікою роботи, а саме робота з людьми, спроможність аналізувати ситуацію в групі та покращення емпатичних здібностей.

Отже, можна зробити висновок, що “емоційне вигорання” є небезпечним психологічним та емоційним станом. Оскільки робота у соціальній сфері є виснажливою і емоційно, і психологічно, і фізично соціальний робітник має високий ступінь ризику “емоційного вигорання”. Тому, важливим аспектом у роботі спеціаліста в соціальній сфері є профілактика вигорання. Коли завдяки участі у тренінгових групах, які забезпечують допомогу у вигляді групової взаємодії, можна запобігти стану вигорання та у подальшому надавати ефективну допомогу клієнтам.

Список посилань

1. Балакірєва К.О. Профілактика та подолання професійного та емоційного вигорання: проект програми розвитку ООН “Підтримка реформи соціального сектору України”: методичні рекомендації для спеціалістів соціальної служби. Київ: UNDP in Ukraine, 2015. – 45 с.